



En håndholdt lup hjælper i situationer hvor fastmonterede synshjælpemidler ikke lige er ved hånden – for eksempel ved indkøb.

Simple hjælpemidler kan forbedre livskvaliteten

Synscentralens svagsynsoptikere og synskonsulenter kan med simple synshjælpemidler afhjælpe mange af de udfordringer, svagsynede oplever i hverdagen.



Af

Birte Bay

Optometrist, cand.san. i optometri og synsvidenskab

Billeder

Sisse Stroyer



JENSYGDOM

udviklet sent i livet skaber bekymring og utryghed hos de berørte. Pludselig besværliggøres helt simple dagligdagsopgaver såsom at læse og skrive, løse krydsogtværs, udføre håndarbejde og småreparationer, lave mad eller købe ind.

Desværre tror ældre med erhvervet nedsat syn ofte fejlagtigt, at der ikke er hjælp at hente – at man må

lære at leve med det nedsatte syn og de udfordringer, det medfører, men det er heldigvis ikke altid korrekt.

Optisk rehabilitering

Når optikeren ikke længere kan hjælpe med almindelige briller, er der hjælp at hente i form af optisk rehabilitering hos regionens synscentral. Her arbejder specialuddannede svagsynsoptikere og synskonsulenter sammen om at løse hverdagens synsmæssige

udfordringer for patienter med et nedsat syn. Henvielse til synscentralen kan ske via øjenlæge eller øjenafdeling, men man er også velkommen til selv at henvende sig.

Formålet med optisk rehabilitering er at optimere brug af resterende synspotentiale og sikre muligheden for at genoptage eller fortsætte med at udføre almindelige dagligdagsopgaver. Dette opnås ved tilpasning og oplæring i brug af passende optiske hjælpemidler, der kan være alt fra forstørrende brilleglas, håndlup og luplampe til kraftigt forstørrende videoapparat (CCTV) eller forskellige former for kikkerter, afhængigt af behov.

Den optiske rehabilitering er et tværfagligt samarbejde mellem øjenlæger, optometriste og synskonsulenter og omfatter udredning, rådgivning og vejledning til svagsynede samt udmåling, tilpasning og vejledning i brug af optiske hjælpemidler.

Optisk rehabilitering kan have stor værdi for den svagsynede. Selv en meget beskeden rest af synspotentiale kan med optimalt tilpasset synshjælpemiddel have afgørende værdi for

borgerens selvhjulpethed og uafhængighed i hverdagen.

Stigning i aldersrelaterede øjensygdomme

Vores levealder stiger støt og i takt hermed antallet af patienter, der diagnosticeres med aldersrelaterede øjensygdomme. Samtidig er mulighederne for at opdage og behandle/bremse

udviklingen af disse øjensygdomme forbedret markant, således at en større andel patienter i dag lever i flere år end tidligere med et nedsat syn. Ifølge tal fra Institut for Blinde og Svagsynede skønnes op mod 65.000 personer i Danmark at have en alvorlig synsnedsættelse. Heraf er 90 pct. over 75 år.

Vores levealder stiger støt og i takt hermed antallet af patienter, der diagnosticeres med aldersrelaterede øjensygdomme.

Aldersrelateret makuladegeneration (AMD) er den hyppigste årsag til nedsat syn hos ældre, og den internationale sundhedsorganisation WHO skønner, at hver tredje dansker over 70 år vil blive ramt af AMD.

Læseevne og livskvalitet

I foråret 2017 undersøgte et kvalitetsstudie effekten af den optiske rehabilitering, der finder sted ved Region

Hovedstadens synscentre. Her så man på læseevne og livskvalitet hos AMD-patienter før og efter tildeling af synshjælpemidler.



En individuelt tilpasset lup fastmonteret på en bord- eller standerlampe giver frihed til at arbejde med begge hænder og modvirker desuden trætte arme ved længere tids læsning.



Måling af læsevne adskiller sig fra en almindelig synstest ved at bruge hele ord og sætninger, hvor en synstest hos optiker og øjenlæge ofte handler om at identificere enkelte, isolerede bogstaver på en synstavle. Selv om der er måles en god synsstyrke, kan der sagtens være problemer med at læse. Forklaringen er, at der er forskel på at genkende et enkelt bogstav ad gangen og at have overblik over en hel tekst.

En normaltseende læser ser typisk hele ord ad gangen ved læsning, hurtige læsere tilmed flere ord eller hele sætninger på én gang. Denne evne svækkes, hvis dele af det centrale synsfelt er sløret, forvrænget eller udvisket som hos patienter med fremskreden AMD.

Udmåling af læsevne kan afsløre synshandicap og synsmæssige udfordringer i hverdagen, der ikke fanges ved traditionel udmåling af synsstyrke, og giver et mere reelt billede af det funktionelle syn og evnen til at udføre almindelige dagligdags-handlinger på nært hold (madlavning, håndarbejde, småreparationer, personlig hygiejne og lignende) end den traditionelle synstest.

Studiet af AMD-patienter fandt en markant fremgang i læsevne efter besøg på synscentralen. Selv tildeling af simpel, prisvenlig forstørrende optik medførte en målbar forbedring af læsevne.

Ligeledes scorede deltagerne alle højere i måling af selvrapporeret synsrelateret livskvalitet efter implementering af de nye



En lup i korrekt styrke kan være en stor hjælp, når der for eksempel skal læses opskrifter.

hjælpemidler. Flere livskvalitetsstudier understreger vigtigheden af den synsrelaterede livskvalitet som en sundhedsbyrde i lighed med alvorlige kroniske sygdomme som leddegigt, lunge- og hjertesygdom.

Foruden at styrke vigtigheden af at diagnosticere og behandle aldersbetingede øjensygdomme, bekræfter disse resultater behovet for rehabiliterende tiltag for patienter med tab af synsfunktion.

”

Ældres selvhjulpethed og livskvalitet kan i mange tilfælde forbedres med helt simple, prisvenlige hjælpemidler.

Hjælpen er ikke bekostelig

I mange tilfælde er der altså ikke behov for hverken avancerede synshjælpemidler eller operative indgreb for at afhjælpe de udfordringer, et nedsat syn giver i hverdagen. Ældres selvhjulpethed og livskvalitet kan i mange tilfælde forbedres med helt

simple, prisvenlige hjælpemidler som for eksempel en tilpasset lup kombineret med understøttende belysning. Disse synshjælpemidler finansieres ofte af egen kommune efter ansøgning fra synscentralen. ■